

こんだて通信



令和 8年 4月 20日 (月)

献立・使用器具

- ・キムタクごはん しゃもじ2
- ・棒ぎょうざ トング
- ・コーン卵スープ 大おたま
- ・牛乳

配膳図・目安量

キムタクご飯
しゃもじ2杯



献立ひとくちメモ



* よくかんで食べましょう! *



よくかまないで急いで食べる
「早食い」や「流し食べ」は胃に負担をかけてしまいます。
よくかんで食べると、**肥満予防**、**虫歯を防ぐ**、**消化吸収をよくする**、**脳を活発にする** などの効果があり

かむことを意識して食べよう!



こんだて通信



令和 8年 4月 21日 (火)

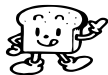
献立・使用器具

- ・ごはん しゃもじ2本
- ・海苔ふりかけ スプーン
- ・肉じゃが煮 おたま
- ・野菜のゴマ酢和え ギザ玉
- ・牛乳

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ



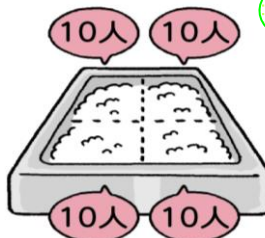
* 給食の盛りつけポイント *

汁物は、汁の具が多かったり少なかったりしないように、底までよくまぜます。ごはんは、40人分の場合、全体を4等分した量から10人分を配るようになるなどの目安をつけると、配膳しやすくなります。

底までよくまぜて盛りつけます。



全体を分割して目安をつけるといいですね。



こんだて通信



令和 8年 4月 22日 (水)

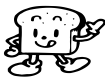
献立・使用器具

- ・五目うどん
 - { うどん トング 2本
 - { 汁 大おたま
- ・ツナサラダ ギザ玉
- ・ぐりとぐらのケーキ トング
- ・アシドミルク

配膳図・目安量

うどんの汁
*うどんが少しかくれるくらい汁を入れます。



献立ひとくちメモ 

♪4月バースデー給食♪

バースデー給食は、手作りのデザートをいただき、誕生日をお祝いする給食です。今年度も楽しみにしててください♪



4月のお誕生日のみなさん、
おめでとうございます♪
お祝いをしていただきましょう！



こんだて通信



令和 8年 4月 23日 (木)

献立・使用器具

- ごまごはん しゃもじ 2本
- 焼き魚 (鮭) トング
- 豚汁 大おたま
- りんご 手袋
- 牛乳

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ

* 食べているのはどの部分? *

それぞれの野菜は、植物のどの部分なのか見てみましょう。

花・つぼみ	実	葉	莖	根
ブロッコリー 	トマト 	レタス 	アスパラガス 	ごぼう
カリフラワー 	きゅうり 	ほうれんそう 	たけのこ 	だいこん
みょうが 	ピーマン 	にら 	れんこん 	にんじん

豚汁には、ごぼう、大根、にんじんなどの根菜類を入れました🎵



こんだて通信



令和 8年 4月 24日 (金)

献立・使用器具

- ・ スイートロールパン …………… 手袋
- ・ 米粉のクリームシチュー …………… 大おたま
- ・ もやしサラダ …………… ギザたま
- ・ オレンジ …………… 手袋
- ・ 牛乳

配膳図・目安量



献立ひとくちメモ



* 給食当番の身支度 *

給食当番は、給食を安全で衛生的に準備をする重要な当番です。身支度や手洗いをしっかりと行い、活動できるようにしましょう。



つめが伸びている人は短く切っておきましょう。



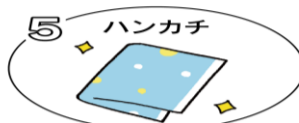
清潔な白衣をきちんと身につけましょう。



髪の毛が出ないように帽子をかぶりましょう。



マスクは口と鼻が隠れるようにつけましょう。



給食用の清潔なハンカチを用意しましょう。



石けんを使って十分な手洗いをしましょう。